Je me soigne

PLATE-FORME
PRÉVENTION
SIDA

Introduction

Cette carte fait partie d'une série *Cartes en main* conçue par le groupe *GRÉCOS (Groupe de réflexion et de communication sur la séropositivité)*. À travers ces quelques pages, des personnes séropositives souhaitent faire passer un message à d'autres personnes touchées par le VIH : messages d'information, paroles de soutien ou image qui se veut symbole d'espoir.

Contexte

Cette sixième Carte en main est consacrée aux traitements. Chaque personne séropositive se pose des questions sur les traitements, soit parce qu'elle devra en suivre un, un jour (mais quand ? Et lequel ? Et comment ?), soit parce qu'elle en suit déjà un. Répondre à ces questions est essentiel pour aider une personne à commencer un traitement, à le poursuivre, à en changer ou à le reprendre…

Mode d'emploi

Cette carte aborde un point qui a été retenu par les personnes séropositives comme prioritaire et qui est traité de différentes manières par le groupe : *ce qu'il faut savoir* (trèfle), *témoignages* (cœur), *contacts utiles* (pique). Enfin, chaque dépliant est illustré par une *image* (carreau), également choisie par des personnes séropositives, évoquant de manière positive le sujet du dépliant.

Août 2008, réactualisation octobre 2009

Témoignages...

- «J'ai été suivi par un seul médecin et j'ai choisi d'être toujours suivi par lui aujourd'hui. On se fait confiance mutuellement.» Tharcisse

- «J'ai la conviction aujourd'hui que je ne mourrai pas du sida. En 16 ans, je suis passé par tous les traitements. Si j'avais dû mourir ce serait fait. Je pense que je me suis adapté. Je suis en croisière, la tempête est passée.» George

- «Je me suis rendue dans un groupe de parole pour discuter de ma santé et sortir de mon isolement.» Dominique

- «C'est parce que je participe consciemment au choix de mon traitement en accord avec mon médecin que j'ai accepté à la fois la maladie et le traitement. Même si comme tout le monde j'ai mes moments de ras-le-bol.» Gilles

Photo : © iStockphoto.com/Piotr Kozikowski

Je mange la vie

Les faits

- Quand votre corps ne sait plus se battre seul contre le virus, un traitement antirétroviral peut vous aider à vivre au mieux avec ce virus.

- À ce jour, seuls les traitements antirétroviraux se sont révélés efficaces pour combattre le virus sans développer de complications majeures.

- Dans tout traitement pris à long terme, il est humain d'oublier certaines prises ou encore d'avoir, par moment, envie d'arrêter le traitement. Évitez autant que possible de modifier ou d'interrompre la prise des traitements de votre propre initiative; parlez-en à votre médecin.

- Il est possible d'adapter un traitement qui est lourd à supporter, mais seulement au terme d'un dialogue avec votre médecin.

- Il est essentiel d'établir une relation de confiance avec son médecin, de savoir qu'on peut tout lui dire sans se sentir « mal » ou « mauvais patient. »

- En Belgique, vous avez la liberté de choix du médecin.

- Vous n'êtes pas seul(e), vous pouvez faire appel à des personnes qui vous soutiendront : groupes de parole, associations, centres d'écoute anonyme…

Contacts utiles

Pour être suivi par un médecin spécialisé VIH

- Les Centres de référence sida sont les services reconnus et spécialisés pour le suivi et la prise en charge des personnes vivant avec le VIH.

  Hôpital St Pierre, CETIM : 02 535 31 77

  Hôpital Erasme, UTI : 02 555 45 36

  Cliniques universitaires St Luc : 02 764 21 56

  CHU de Liège : 04 270 31 90

  CHU de Charleroi : 071 92 23 06

  Équipe de référence du CPSA de Namur : 0479 32 63 10

- Voir aussi sur www.preventionsida.org > contacts utiles > Hôpitaux
  Liste des structures hospitalières où vous pourrez obtenir un suivi médical adapté.

Pour s'informer et mieux « vivre avec » le VIH et les traitements

Publications disponibles en Belgique

- « Vivre avec le VIH » contient plusieurs articles sur les traitements.
- Les fiches médicaments éditées en collaboration avec Sensoa Plate-Forme Prévention Sida, Tél. : 02 733 72 99.

Pour en parler
Il existe plusieurs groupes de parole : voir la Carte en main « J'en parle ? » ou renseignez-vous auprès du Centre de référence.

- **La revue remAIDES**, trimestriel français, informe sur l'évolution des traitements. L'abonnement est gratuit : www.aides.org/multimedia/documents-telechargeables/remaides.php#

Pour les personnes migrantes

Medimmigrant asbl - www.medimmigrant.be

Tél. : 02 274 14 33-34
Offre une aide aux personnes en séjour illégal ou précaire ayant des besoins médicaux : accès aux soins, droits sociaux et séjour pour raisons médicales.

Internet

http://www.actions-traitements.org (France)
Actions Traitements est une association de personnes vivant avec le VIH et les co-infections qui, depuis 1991, partagent leurs connaissances et leur expérience de ces maladies et de leurs traitements.
Voir aussi sur ce même site la réglette des interactions entre les traitements antirétroviraux et d'autres médicaments :
http://www.actions-traitements.org/reglette2008/.

http://www.aidsmap.com/fr : site d'informations sur l'actualité du VIH et des traitements. (anglais, français, espagnol, portugais, russe).

http://guide-ist-vih.info (belgique)
Guide de prise en charge en soins de santé primaire : une partie pour les patients et le public, une partie pour les soignants.

Pour en parler anonymement
sur Internet : www.hivmix.be.
au téléphone : 0800 20 120 : de 18h00-21h00 en semaine (numéro vert d'Aide Info Sida).

Pour plus d'information sur la collection *Cartes en main* ou le GRÉCOS, contactez la Plate-Forme Prévention Sida, Tél. : 02 733 72 99 ou e-mail : info@preventionsida.org.

Cette série ***Cartes en main*** a pu être réalisée grâce au soutien des laboratoires pharmaceutiques suivants : Abbott, Boehringer Ingelheim, Bristol-Meyers Squibb, GlaxoSmithKline, Tibotec, a division of Janssen-Cilag, Merck Sharp & Dohme, Pfizer.

Merci aussi aux Docteurs Vincent, Paulus et Legrand, et aux associations Aide Info Sida, Ex Æquo, Sid'Action Pays de Liège et Siréas pour la relecture du document.

Une initiative soutenue par la Région wallonne, Direction générale de l'Action sociale et de la Santé.

RÉGION WALLONNE

Éditeur responsable : Thierry Martin, Plate-Forme Prévention Sida,
Rue Jourdan 151 à 1060 Bruxelles.
Mise en page : fb design - fbdesign@skynet.be